

EL CUIDADO POSTERIOR

¿Qué significa “cuidado posterior” o cuidado después de terminar el tratamiento de radioterapia?

Una vez terminado el tratamiento de radioterapia, es muy importante tener un examen periódico para revisar los resultados de su tratamiento.

No importa qué tipo de cáncer haya tenido, tendrá que someterse a revisiones periódicas, al igual que a rayos-x y análisis de laboratorio. Su oncólogo radiólogo debe verlo por lo menos una vez después de terminado su tratamiento. El médico

que lo refirió para el tratamiento de radioterapia le programará visitas periódicas, conforme sea necesario. El cuidado posterior, además de verificar los resultados de su tratamiento, también puede incluir tratamientos adicionales para

el cáncer, rehabilitación y asesoramiento. Después de haber terminado su tratamiento de radiación es importante cuidarse a sí mismo como parte del proceso de recuperación.

¿Quién provee cuidado después de la terapia?

La mayoría de los pacientes regresan a consultar con el oncólogo radiólogo como parte normal de sus visitas de cuidado posterior. A otras personas se les refiere al médico original, a un cirujano, o a un

médico oncólogo, quien está entrenado para administrar la quimioterapia o tratamiento con medicinas contra el cáncer. Su cuidado posterior depende del tipo de cáncer que haya tenido, y también de los tratamientos que haya recibido o que necesite en el futuro.



¿Qué otros cuidados pueden ser necesarios?

Así como cada paciente es diferente, el tratamiento posterior varia. El medico le recetará y programará el tratamiento posterior necesario. No vacile en preguntarle acerca de los exámenes y tratamientos que el medico le ordene. Haga todo lo que debe hacer para cuidarse a sí mismo.

Las siguientes son algunas preguntas que quizás quiera hacerle a su medico después de haber terminado la radioterapia:

- ▶ *¿Con qué frecuencia debo hacerme las revisiones médicas?*
- ▶ *¿Por qué necesito más radiografías, exámenes exploratorios, análisis de sangre, etc.? ¿Qué información resultará de estos exámenes?*
- ▶ *¿Necesitaré quimioterapia, cirugía, u otros tratamientos?*

▶ *¿Cómo sabré si me he curado del cancer? ¿Cuáles son las posibilidades de que el cancer recurra?*

- ▶ *¿Cuándo puedo regresar a mis actividades regulares?*
 - ◆ *¿Trabajo?*
 - ◆ *¿Actividades sexuales?*
 - ◆ *¿Deportes?*

▶ *¿Debo tomar precauciones especiales?*

▶ *¿Debo tener una alimentación especial?*

▶ *¿Debo participar en programas de ejercicios?*

▶ *¿Puedo usar una prótesis (sustituto artificial o postizo de una parte del cuerpo u órgano)?*

▶ *¿Cuándo puedo hacerme cirugía reconstructiva?*

Quizás quiera usar la pagina de "Anotaciones" que se encuentra al final de la publicación para anotar otras preguntas y llevar la lista a la oficina de su medico.

¿Qué sucede cuando hay mucho dolor?

Algunos pacientes necesitan ayuda para controlar el dolor si éste continúa después de

la radioterapia. Usted no debe usar una bolsa ni compresa caliente para aliviar el dolor en ningún área que haya sido tratada con radiación. Un medicamento suave para el dolor puede ser suficiente para algunas personas.

Si tiene dolor muy fuerte, pregúntele a su médico sobre medicamentos u otros métodos de alivio. Sea lo más específico posible cuando hable con su médico para que le pueda dar el mejor tratamiento para aliviar el dolor. Si su dolor no se alivia, quizás desee consultar con un médico especialista en dolor.



Debido a que el dolor puede ser peor cuando uno tiene miedo o está preocupado, quizá deba hacer ejercicios de relajación. Otros métodos, como la hipnosis, realimenta-

ción biológica y acupuntura pueden ser beneficiosos para algunos pacientes de cáncer. La publicación en inglés "Questions and Answers About Pain Control" es gratis y puede ayudarle a entender más acerca del dolor del cáncer (vea la página 45).

¿Cómo me puedo cuidar después de la radioterapia?

Los pacientes que han recibido radioterapia necesitan continuar con el mismo cuidado especial que recibían durante el tratamiento, por lo menos temporalmente. Por ejemplo,

puede que tenga problemas en la piel durante varias semanas después de que su tratamiento haya terminado. Debe continuar cuidando la piel en el área de tratamiento hasta que todas las señales de irritación hayan desaparecido. No trate de frotar las manchas de tinta en el área de tratamiento. Estas desaparecen por sí solas.

Quizás note que necesita descansar más mientras se reconstruyen sus tejidos. Siga tomando siestas mientras las necesite y trate de dormir más en la noche. Quizás necesite un poco de tiempo para probar sus fuerzas, poco a poco. Tal vez no quiera comenzar de inmediato un itinerario muy activo.

¿Cuándo debo llamar al médico?

Después del tratamiento para el cáncer, probablemente estará más consciente de su cuerpo. También notará hasta

los cambios más leves que usted siente día a día. El médico necesita que usted le informe de cualquier síntoma fuera de lo común. Si tiene cualquiera de los siguientes problemas, dígaselo a su médico inmediatamente:

- ▶ *Un dolor constante, especialmente si es siempre en el mismo lugar.*
- ▶ *Nódulos, moretones (magulladuras) o hinchazón.*
- ▶ *Nauseas, vómitos, diarrea o pérdida de apetito.*
- ▶ *Pérdida de peso inexplicable.*
- ▶ *Fiebre o tos persistente.*
- ▶ *Erupciones (sarpullido) raras, cardenales (moretones) o hemorragias.*
- ▶ *Otros síntomas que su médico o enfermera le haya mencionado.*

¿Cuándo debo regresar a trabajar?

Muchas personas continúan trabajando durante el tratamiento de radioterapia. Si ha dejado de trabajar, puede regresar al trabajo tan pronto se sienta con ánimo, aún mientras continua recibiendo radioterapia. Si su trabajo requiere levantar cosas o actividad física pesada, quizás tenga que cambiar sus actividades hasta que reponga sus fuerzas.

Cuando esté listo para regresar a trabajar, es importante que conozca sus derechos rela-

cionados al trabajo y su seguro de salud. Si tiene preguntas sobre asuntos de empleo, comuníquese con el Servicio de Información sobre el Cáncer, o la Sociedad Americana contra el Cáncer. Ellos lo pueden ayudar a encontrar agencias locales que respondan a problemas relacionados con el empleo y derechos de seguros que enfrentan los sobrevivientes de cáncer. La dirección y número de teléfono de estas organizaciones se encuentra en la sección "Recursos para pacientes y sus familias" al final de esta publicación.

CONCLUSIÓN

Esperamos que la información en esta publicación le ayude a entender cómo se usa la radioterapia para tratar el cáncer. Saber lo que le espera

cuando reciba este tratamiento le ayudara a disminuir la ansiedad. No se olvide de llamar a su equipo de cuidado medico cuando necesite más información.